



## AQUAPOL : le nouveau centre nautique et sportif de Montrouge

Nous étions tous très impatients de découvrir la piscine municipale rénovée et dotée d'un centre de remise en forme. C'est chose faite depuis mi février ! Une nouvelle structure est née : l'Aquapol. Depuis, l'organisation se met bien en place, les cours reprennent progressivement et le club de remise en forme tourne à plein.

### ■ Une rénovation en profondeur

Démarrés en juin 2005, les travaux de rénovation de la piscine municipale ont représenté un énorme chantier, parsemés d'étapes ayant engendré du retard. C'est malheureusement le risque habituel lorsqu'on rénove un bâtiment ancien, ceux qui l'ont expérimenté le savent bien.

Il ne s'agit pas seulement d'une rénovation de la piscine, il s'agit aussi d'un réaménagement complet de la structure. Le bâtiment, conservé dans son aspect extérieur d'origine, a subi un agrandissement et une nouvelle organisation de l'espace intérieur.

Le plan d'aménagement a été repensé afin de créer un lieu dédié non seulement à la natation mais également à la remise en forme et au bien-être. Pour ce faire, une mezzanine surplombant le bassin ludique accueille plusieurs salles offrant un large choix d'activités.

Pour le confort du public, les vestiaires ont été restructurés et un contrôle strict des accès aux différents espaces favorise le respect des conditions d'hygiène.

Le personnel de l'Aquapol bénéficie de nouveaux locaux, en particulier grâce à l'extension du bâtiment sur la rue d'Estienne d'Orves, qui accueille également de nouveaux vestiaires collectifs.

### ■ L'espace nautique

Entièrement rénové, l'espace nautique est aujourd'hui un équipement des plus complets pour toutes les activités de baignade et offre également d'excellentes conditions d'accueil et de confort.

### ■ Le bassin sportif

Le bassin principal répond naturellement aux nouvelles normes. Il a été entièrement reconditionné. Le fond de la piscine atteint 3,05 mètres au départ pour 1,20 mètre à l'opposé (3,45 m au plus profond du bassin).

Avec ses six lignes d'eau, ce bassin de

25 mètres offre des dimensions appropriées à la natation sportive. Il permet la pratique de multiples disciplines aquatiques et notamment l'aquagym qui peut également être pratiquée dans l'autre bassin.



### ■ Le bassin ludique

Le bassin d'apprentissage pour les enfants est remplacé par un espace ludique : jets d'eau, rivière à courant



rapide, alcôves massantes, canons à eau et geyser, offrent de nombreuses possibilités de jeux et de détente aux enfants comme aux parents qui les accompagnent. Deux couloirs de nage en eau peu profonde permettent également l'apprentissage de la natation pour les plus jeunes.

### ■ La pataugeoire

Sous la surveillance constante de leurs parents, la pataugeoire permet aux plus petits (0 à 6 ans) d'expérimenter leurs

premiers pas dans l'eau et de se familiariser avec cet élément. De la découverte du milieu aquatique au plaisir de barboter dans l'eau, les enfants évoluent dans un espace qui leur est spécialement dédié.

### ■ Le solarium

À l'extérieur, un solarium spacieux, en bois exotique, sera ouvert durant tout l'été afin de profiter du soleil. Et grâce à la lagune et ses brumisateurs, il sera possible de se rafraîchir facilement.

## Horaires de l'espace nautique

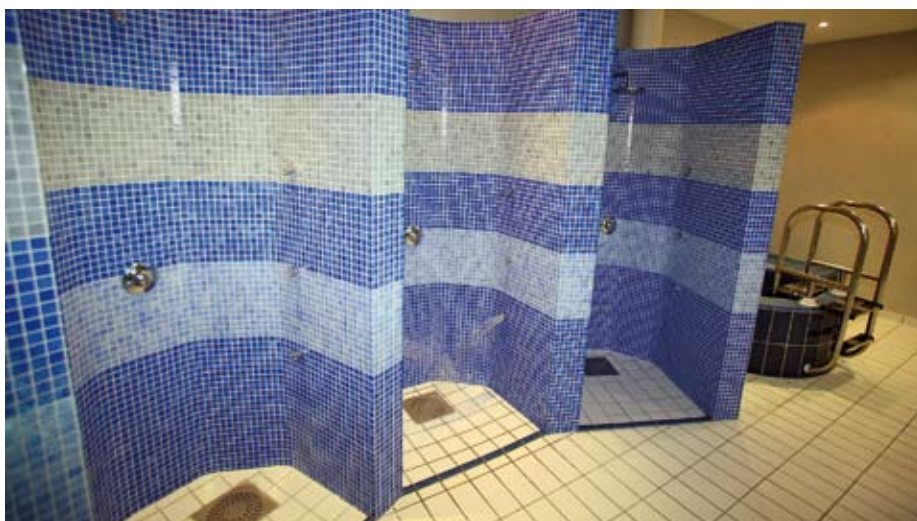
Accueil du public	En temps normal	En période de vacances scolaires
Lundi	12h-14h 17h-19h30	12h-19h30
Mardi	12h-14h	12h-19h30
Mercredi	12h-18h30	12h-18h30
Jeudi	12h-14h 17h-19h30	12h-19h30
Vendredi	12h-14h 19h30-21h30	12h-21h30
Samedi	12h-19h30	12h-19h30
Dimanche	8h-13h	Petites vacances : 8-13h Été : 9h-18h

## De l'espace pour la forme

Le plan d'aménagement intérieur a été repensé afin de créer un lieu dédié à la remise en forme. Pour ce faire, une mezzanine surplombant le bassin ludique accueille plusieurs salles offrant un choix d'activités : une trentaine d'équipements pour le fitness et la musculation, un sauna et un hammam et trois douches à jet et un bain froid.

### ■ Le plateau de remise en forme

Le plateau est réservé aux activités de cardio-training et de musculation. Vélos, rameurs, steppeurs, tapis de course... sont à disposition pour se muscler, renforcer son endurance et améliorer sa condition physique. Deux moniteurs diplômés ont été spécialement recrutés afin de dispenser des conseils avisés.



### ■ Le hammam et le sauna

Pour éliminer les tensions musculaires ou la fatigue, le sauna apporte une sensation de relaxation. Le hammam offre un calme absolu. Les vertus de cet univers sont multiples : la peau est nettoyée en profondeur et purifiée, la respiration est facilitée... Saunas et

hammams sont mixtes et le port du maillot de bain est obligatoire.



## Horaires de l'espace de remise en forme

	En temps normal	L'été
Du lundi au vendredi	12h-14h 15h30-21h	12h-14h 15h30-21h
Samedi	12h-19h30	12h-19h30
Dimanche	8h-13h	9h-13h



## Quelques consignes :

**Tout enfant de moins de 8 ans doit être accompagné par un adulte, aussi bien dans les bassins que hors de l'eau.**

Les tenues adaptées (slip de bain et bonnet de bain) sont obligatoires (en vente sur place). Les shorts, caleçons et bermudas ne sont pas autorisés.

L'accès aux espaces n'est plus

autorisé 30 minutes avant la fermeture de l'équipement car l'évacuation des espaces a lieu approximativement 20 minutes avant l'heure de fermeture des équipements.

Le règlement intérieur affiché à l'entrée de l'installation précise les conditions d'usage de l'établissement et il est conseillé de le lire attentivement.

## À savoir

La structure et ses équipements seront bientôt entièrement accessibles aux personnes à mobilité réduite (les derniers réglages techniques sont en cours).

L'accès à l'espace remise en forme est réservé aux personnes de plus de 18 ans.

Un distributeur permet d'acheter des articles de natation (bonnet de bain, maillot de bain, lunettes, etc.).

*Pensez à vous munir d'une pièce de un euro pour verrouiller votre casier (celle-ci est restituée après usage).*



## Tarifs Aquapol

### Tarifs espace nautique

- Entrée adulte >> 4 €  
(valable pour les trois bassins)
- Entrée moins de 16 ans >> 2 €
- Tarifs réduits  
(chômeurs, retraités, étudiants, familles nombreuses...) >> 2,50 €
- Tarif 10 entrées >> 36 €
- Carte horaire de 10 heures >> 25 €

### Formule espace nautique + espace remise en forme

- Une entrée >> 10 €  
(valable pour les trois bassins, le sauna, le hammam, la salle de remise en forme)
- Abonnement trimestriel\* >> 150 €
- Abonnement semestriel\* >> 280 €
- Abonnement annuel\* >> 400 €

\* Pour les inscriptions à l'espace Remise en forme, joindre au règlement, un certificat médical, une photocopie de la carte d'identité et 2 photos d'identité.



## Les activités nautiques et éducatives

### ■ La section Natation du S.M.M.

Depuis les vacances scolaires de février, les activités de la section Natation du SMM ont repris. Très sollicité, le club de natation du S.M.M. a décidé de proposer ses différentes activités (école pour enfants, aquaform, perfectionnement adultes, compétition...) jusqu'à la fin du mois de juin. Comme promis lors de la fermeture, les anciens adhérents ont reçu leur dossier d'adhésion par la poste (600 courriers ont été envoyés).

Durant la fermeture, les nageurs de compétition Nationale 1 et 2 ont continué à s'entraîner tous les soirs dans les piscines des alentours (Châtillon, Plessis-Robinson, Clamart, Meudon). Merci à ces nageurs qui ont réussi à maintenir le club à un très bon niveau

(16<sup>e</sup> aux interclubs, 14<sup>e</sup> au relais 4 x 100 NL en nationale 1).

Merci aussi à la Municipalité qui nous a aidés financièrement pour assurer les frais de fonctionnement de notre section, en particulier pour maintenir le niveau sportif de nos jeunes nageurs de compétition.

Petits, grands, jeunes ou moins jeunes, compétiteurs ou non, que ce soit pour apprendre, pour vous détendre, pour vous surpasser... nous vous attendons très nombreux pour cette fin de saison.

#### Contact :

**S.M.M.**

*secrétariat de la section natation,  
91, avenue Henri Ginoux,  
lundi-vendredi, 18h-30-20h30.  
Tél. : 01 42 53 70 88.*

en dehors de toute finalité compétitive dont l'initiative est pleinement laissée à la section natation du SMM.

Autre nouveauté, le jardin aquatique ouvre désormais ses activités le samedi matin aux enfants âgés de 6 mois à trois ans.

Dès que les enfants sont vaccinés, ils peuvent goûter aux joies de l'eau avec leurs parents. Il s'agit là bien sûr d'éveil et de découverte de nouvelles sensations pour ces très jeunes baigneurs.

#### École Municipale de Natation :

**Une heure par semaine :**  
mercredi midi, vendredi midi,  
ou vendredi après midi.  
Tarif : 85 € par trimestre

#### Jardin aquatique (bébé nageurs) :

**Samedi matin, créneaux de 40 minutes**  
200 € pour l'abonnement annuel  
85 € par trimestre  
9 € pour une séance  
**Les séances n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires.**

#### *Pour tous renseignements :*

*s'adresser à l'accueil de l'Aquapol  
ou au 01 46 12 76 89.*

### ■ L'École municipale de natation et le jardin aquatique

L'objectif principal de l'École municipale de natation est d'apprendre au plus grand nombre à nager.

Les cours sont collectifs, par petits groupes, et s'adressent aux adultes comme aux enfants. Ils ont été spécialement étudiés pour l'apprentissage des nages



## Les activités de rattrapage :

Avec la fermeture de la piscine, les écoliers montrougiens n'ont pu bénéficier des séances de natation scolaire.

Afin de pallier ce manque, tous les élèves de CM2 bénéficient gratuitement depuis le 21 mars de cours délivrés le samedi matin. Pour leur dernière année en primaire, les CM2 auront ainsi pu avoir leurs séances de natation scolaire. À compter de l'an prochain, ces cours de rattrapage seront maintenus mais à destination des CM1. Une évaluation générale de l'apprentissage de la natation sera mise en œuvre afin de suivre l'évolution de ces apprentissages.

**Le samedi matin de 9h30 à 11h30 en même temps que le jardin aquatique.**  
**Tarif : prestation gratuite.**  
**Certificat médical et attestation**

**d'assurance extra-scolaire obligatoires.**  
**Plus d'information**  
**auprès de la Direction des sports :**  
**01 46 12 72 43**



## Vos premières impressions sur l'Aquapol

• **Sandra**, mère de famille et avocate : C'est génial ! Elle [la piscine] a l'air plus grande. Les maîtres-nageurs sont serviables, attentifs. L'abonnement est peut-être un peu cher. Ce serait bien que la tarification soit plus souple. Quand le problème d'arrivée d'eau irrégulière dans les douches sera réglé, ce sera parfait.



• **Katia, 12 ans** : Le petit bassin (ludique) est joli. Par contre, quand on n'est pas majeur, on ne peut pas accéder à la salle de fitness. Mais avec tout ce qu'il y a, c'est pas trop cher pour une piscine.  
 • **Roxana, 11 ans** : J'aime bien le design des vestiaires et du petit bassin. Les jets d'eau, c'est super bien.

• **Frédéric**, 33 ans, informaticien : Les prestations sont très correctes mais un peu plus chères par rapport à d'autres piscines, moins modernes c'est vrai. [Quelques jours après l'ouverture], certains détails sont à régler : absence de repose-serviette dans les douches, débit d'eau dans les douches, etc. Sinon, l'équipement est propre, lumineux, chaleureux grâce à l'immense verrière et aux couleurs employées.



**L'Aquapol**  
**91, avenue Henri Ginoux**  
**Tél. : 01-46-12-76-89 - [www.92120.fr](http://www.92120.fr)**